

**Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y
5° de la Institución Educativa Tablón Dulce**

Ángela Nereida España Arboleda

Rosney Atencio Durán

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)

Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU)

Licenciatura en Etnoeducación

Pasto

2019

**Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y
5° de la Institución Educativa Tablón Dulce**

Ángela Nereida España Arboleda

Rosney Atencio Durán

Trabajo de grado como requisito parcial para optar al título de Licenciado en Etnoeducación

Diego Coral
Asesor

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)

Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU)

Licenciatura en Etnoeducación

Pasto

2019

Agradecimientos

Hoy quiero dar un especial agradecimiento a Jehová Dios Todopoderoso, por permitirme cumplir otra de mis metas en la vida.

También quiero agradecer a mis padres Oleiza María Arboleda y Henry Francisco España Castillo por su valioso apoyo en este proyecto de mi vida.

En igual sentido agradecer desde lo más profundo de mi corazón a mi esposo Julio Converti Rosero por su comprensión y apoyo incondicional.

A mis hermanos Segundo Henri España y Kelly Dayana España, por su gran apoyo y colaboración.

A mis amados hijos Hilary Cecilia Rosero, Alex Rosero España, Yeison Rosero España y Yandra Rosero España, por ser mi gran inspiración y motivación para seguir adelante.

A los directivos, docentes y asesores de la universidad, quienes siempre estuvieron allí para guiarnos y asesorarnos, especialmente al docente Diego Coral.

A todos ustedes muchas gracias.

Ángela Nereida España Arboleda

Agradecimientos

Muchas gracias infinitas a nuestro padre Creador, ya que sin él nada es posible en esta vida y en esta ocasión fue posible alcanzar una meta más en mi vida, un logro que me llena de mucha satisfacción, honra y agradecimientos a todas las personas que de una u otra manera lo hicieron posible.

A mis padres Casimiro Atencio Montoya y Luz Durán Díaz, muchas gracias a ellos por los valores que me enseñaron y que hoy han hecho de mí una persona de bien.

A mi esposo Teófilo Juan Ruíz, por su inmensa comprensión y apoyo infinito.

A mis hijos Juan Carlos, José Edwin, Teófilo Andrés y Sabrina Ruíz Atencio, por su gran amor, apoyo y colaboración en mis ausencias de casa.

A los directivos, docentes y asesores de la universidad, por su paciencia, comprensión y conocimientos que sabré valorar por el resto de mi vida.

Al directivo, docente y estudiantes del Centro Educativo Tablón Dulce, por su acogida y hospitalidad.

A todos ustedes, de verdad, muchas gracias.

Rosney Atencio Durán

Tabla de Contenido

	pág.
Resumen	8
Abstract	
Introducción	10
 Capítulo 1. Planteamiento del problema	 12
1.1 Descripción del problema	12
1.2 Pregunta de investigación	13
1.3 Justificación	13
1.4 Objetivos	15
1.4.1 Objetivo General	15
1.4.2 Objetivos Específicos	15
 Capítulo 2. Marcos de referencia	 16
2.1 Marco de antecedentes	16
2.2 Marco teórico y conceptual	20
2.3 Marco contextual	23
 Capítulo 3. Diseño metodológico	 25
3.1 Enfoque de investigación	25
3.2 Método de investigación	25
3.3 Tipo de investigación	26
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información	26
 Capítulo 4. Desarrollo, análisis y discusión de resultados	 28
4.1 Análisis e interpretación de la información	28
4.2 Diseño de estrategia pedagógica enfocada en planes de aula	34
4.3 Implementación y reflexión de la propuesta pedagógica	48
4.4 Conclusiones y recomendaciones	54
 Referencias bibliográficas	 56
Anexos	59

Lista de tablas

	pág.
Tabla 1. Planes de aula	37
Tabla 2. Crucigrama	41

Lista de Anexos

	pág.
Anexo A. Guía de entrevista	60
Anexo B. Formato de caracterización	63
Anexo C. Diario de campo	64
Anexo D. Fichas de lectura	65
Anexo E. Matriz de vaciado de la información	66

Resumen

El problema que se abordó estuvo relacionado con el olvido de las costumbres, las prácticas y los saberes gastronómicos; debido entre otros aspectos a los desplazamientos forzados ocurridos en esta zona del país, que paulatinamente han ido desterrando a toda la población nativa y por ende destruyendo los cultivos de pan coger, el medio ambiente, la fauna y la flora. Por lo antes descrito este grupo de trabajo de grado planteó un objetivo general consistente en promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce; ya que es necesario que las nuevas generaciones tengan presente sus raíces y costumbres ancestrales, las cuales hacen parte de su cultura y de su razón de ser, para luego ejecutar una metodología cualitativa, ya que proporcionó profundidad a los datos, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. Las técnicas utilizadas fueron la observación participante, las entrevistas, fichas de lectura, diarios de campo y planes de aula como dispositivo para la estrategia pedagógica. Por último, se obtuvieron unos resultados para llegar a unas conclusiones dirigidas a promover las prácticas tradicionales de la gastronomía típica de la comunidad afrodescendiente con los estudiantes, mediante el diseño de una estrategia pedagógica basada en los planes de aula y de esta manera realizar las clases de manera lúdica, divertida y con temas que tienen que ver con su contexto inmediato.

Palabras Clave

Gastronomía, Identidad, Etnoeducación, pedagogía, Oralidad.

Abstract

The problem that was approached was related to the forgetting of customs, practices and gastronomic knowledge; due, among other aspects, to the forced displacements that occurred in this area of the country that have been gradually banishing the entire native population and therefore destroying the bread crops, the environment, fauna and flora. For the previously described this group of work of degree raised a general objective consisting in promoting the ancestral gastronomy like pedagogic strategy in the students of 4th and 5th grade of the Institución Tablón Dulce; since it is necessary for the new generations to keep in mind their ancestral roots and customs, which are part of their culture, to then execute a qualitative methodology, since it provided depth to the data, contextualization of the environment, details and unique experiences. The techniques used were participant observation, interviews, reading cards, field diaries and classroom plans as a device for the pedagogical strategy. Finally, some results were obtained to reach conclusions aimed at promoting traditional practices of the typical cuisine of the Afro-descendant community with students, by designing a pedagogical strategy based on classroom plans and thus conducting classes in a playful, fun way and with themes that have to do with their immediate context.

Keywords

Gastronomy, Identity, Ethnoeducation, pedagogy, Orality

Introducción

La Institución Educativa Tablón Dulce, está ubicada en la zona rural a dos horas del municipio de Tumaco. Esta vereda cuenta con 350 hectáreas de tierra y una población de 193 familias que viven de la pesca y la agricultura como parte de su sustento económico.

Este grupo de estudio decide realizar esta investigación porque observa que la mayoría de los estudiantes que asisten a la institución educativa Tablón Duce, desconocen la gastronomía típica ancestral, no identifican los platos típicos de su región, como tampoco los ingredientes necesarios para prepararlos; cabe recordar que las costumbres y tradiciones conforman un conjunto de oportunidades para estrechar vínculos afectivos al interior del núcleo familiar; por lo tanto es importante tener presente las raíces y transmitir el legado de los antepasados, pues son parte de la herencia cultural; por lo tanto preservar la cultura significa preservar la identidad, por tal razón se hace necesario que los niños conozcan sus tradiciones ancestrales para que puedan volver a utilizar toda la variedad de frutas, hortalizas y tubérculos que eran sembrados y cosechados naturalmente, además de los crustáceos y otras especies marinas que eran aprovechadas de los manglares.

Ahora bien, este proceso de investigación tuvo su génesis en el mismo núcleo familiar, donde los abuelos ya no cuentan sus tradiciones ancestrales ni a los niños y jóvenes les interesa tampoco escucharlas y al pasar el tiempo los adultos mayores fallecen llevándose consigo esos conocimientos invaluable. Para tal efecto, las investigadoras realizaron la observación directa a los estudiantes, indagaron sobre sus tradiciones gastronómicas, las mismas que desconocían por lo ya descrito y fue así como se decidió iniciar este proceso investigativo en aras de aportar a la no extinción de las tradiciones gastronómicas de la región; ya que es relevante que los

estudiantes continúen con ese legado ancestral, conozcan su cultura, la sana alimentación que tuvieron sus abuelos, gracias a la cual vivieron mucho tiempo y no padecían las enfermedades que existen en la actualidad.

Por todo lo anterior resulta pertinente promover procesos educativos para que los niños y jóvenes conozcan, valoren y vuelvan a practicar toda esa riqueza gastronómica y al mismo tiempo se identifiquen con los valores culturales de la comunidad a la que pertenecen. En este mismo contexto este grupo investigador también tuvo que indagar en otras investigaciones, estudios, libros y proyectos donde se realizaron análisis documentales de esta misma temática, en aras de proporcionar más elementos culturales y ancestrales al presente estudio y de esta forma ratificar la importancia que tiene no dejar acabar las tradiciones gastronómicas de la región.

En igual sentido se realizaron entrevistas a algunos habitantes de la región, diarios de campo apoyados en los planes de aula, donde se ejecutan una serie de actividades para promover toda una gama de alimentos y productos naturales para aprovecharlos e incorporarlos a la alimentación de la comunidad; todo esto con el fin de fortalecer el proceso investigativo para poder llegar a unos análisis de resultado y por ende a una conclusiones, las mismas que serán muy significativas para la comunidad educativa, especialmente para los estudiantes de los grados 4° y 5° del Centro Educativo Tablón Dulce, jurisdicción del municipio de San Andrés de Tumaco.

Capítulo 1. Planteamiento del problema

1.1 Descripción del problema

La gastronomía típica ancestral de Tablón Dulce es una realidad en la cual se ve reflejada en un sinnúmero de conocimientos curativos, en las comidas se encuentran gran variedad de platos como el ratón de monte, presa típica en las preparaciones, tapao y desmenuzado, el venado, armadillo, el encocado de cangrejo, pescado, concha, etc. La cocina en los tiempos de antes olía a especias finamente picadas, como también a azafrán, a ajos, a cominos, a cebolla, a tomate y a pimienta molida. Toda esta tradición culinaria contaba su propia historia, la de los hombres que día a día salían al monte a trabajar, las mujeres por su parte se quedaban en el hogar a organizar la casa, atender los niños, enviarlos al colegio, a cocinar esos platos ricos y deliciosos con todo el sabor a tradición ancestral, un tapao de pescado, un sudado de venado, un seco de ratón de monte; en fin, tantas preparaciones deliciosas que daban gusto al paladar.

Desafortunadamente en la actualidad poco a poco se ha ido perdiendo esa costumbre de las prácticas y saberes gastronómicos; por un lado, debido a las innumerables ocupaciones laborales que quitan mucho tiempo, por otro posiblemente a los desplazamientos forzados ocurridos en esta zona del país que paulatinamente han ido desterrando a toda la población nativa y por ende destruyendo los cultivos de pan coger, el medio ambiente, la fauna y la flora (ACNUR, 2015).

Ahora bien, el presente proyecto tiene como objetivo promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la institución educativa Tablón Dulce; ya que es necesario que las nuevas generaciones tengan presente sus raíces y costumbres ancestrales, las cuales hacen parte de su cultura y de su razón de ser; además permite promover los conocimientos gastronómicos ancestrales los cuales han permanecido de generación en

generación y en la actualidad es importante recobrarlos en aras de que perduren por siempre en la memoria de la comunidad educativa, los cuales son el futuro de la sociedad.

Cabe recordar que, en la actualidad, la cultura dominante es la que se impone por encima de lo propio, de lo tradicional, generando un rechazo por lo autóctono, por lo tradicional; es por tal razón que las nuevas generaciones no les llaman la atención la comida ancestral de su cultura, debido precisamente a esas influencias extranjeras de comida chatarra y esto ocasiona que pierdan el interés por su comida local, dañando irremediablemente su propia identidad cultural.

1.2 Pregunta de investigación

¿Es necesario promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de los grados 4 y 5 del Centro Educativo Tablón Dulce?

1.3 Justificación

La gastronomía típica ancestral ha sido muy importante en la comunidad de Tablón Dulce tanto en la parte social como económica y educativa, debido a que permite que las personas reafirmen su cultura e identidad ancestral al conocer la variedad de alimentos que a través del tiempo se han perdido, incluyendo los valores y costumbres tradicionales que permiten crear oportunidades como opciones de ingresos económicos para las familias, las cuales para sobrevivir, muchas de ellas se dedican a la pesca la cacería, recolección de moluscos, la agricultura, para cubrir sus necesidades básicas de sus hogares; ya que es en la cocina tradicional en donde se concretan aquellos saberes y prácticas alimentarias y culinarias que permanecen como parte de nuestra herencia e identidad cultural, ella comprende los saberes culinarios, las costumbres y los rituales, así como las formas de preparación de los alimentos reconocidas y transmitidas de generación en generación. (Álvarez, 2002, p.62).

La gastronomía típica ancestral es importante porque está encaminada a través de la construcción pedagógica que engrandece los conocimientos propios, mejorando los hábitos alimenticios que se obtienen a través de consumir comidas sin químicos; además hay que denotar también que las huertas caseras en las fincas aportan a la economía y calidad de vida de sus habitantes, especialmente previniendo enfermedades en los niños y la comunidad en general.

Vale la pena resaltar que la cultura que los abuelos practicaron por muchos años y que además hoy con los procesos de diálogos de paz, es una oportunidad ideal para concientizar y sensibilizar a las familias de la vereda para que vuelvan a sembrar cultivos lícitos, en aras de mejorar sus ingresos, la salud, el intercambio de mano, o trueque por medio de la gastronomía típica ancestral. También es pertinente que los niños y jóvenes se interesen por su cultura, por su ancestralidad; que aprendan a no rechazar lo propio, por el contrario que aprendan a cuidar de su entorno inmediato, los ríos, los mares, el manglar; porque son la mayor fuente de producción de comidas naturales de las cuales el hombre puede consumir sin que perjudique su salud.

Esta investigación es importante porque la cocina tradicional regional constituye un patrimonio construido social e históricamente. Se trata de un acervo que se ha ido enriqueciendo y modificando generacionalmente y que se ha recreado y transformado localmente. Para tal efecto, Padilla (2006) expone que:

Las cocinas constituyen un elemento de sinergia sobre diversos aspectos de la vida de las comunidades: la agricultura, la dieta, los mercados tradicionales, las formas de conservar los alimentos, las tradiciones, los procedimientos desde las viejas tecnologías hasta las innovaciones más recientes. Así como también las cocinas están al centro de procesos de intercambios culturales regionales que van conformando las identidades en el ir y venir de sus pobladores. (p.2)

Counihan (1997) por su parte manifiesta que: “Comer es un comportamiento que se desarrolla más allá de nuestros propios fines, reemplaza, sintetiza y transmite otros comportamientos y es precisamente por esta razón que es un rasgo cultural”.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general. Promover las prácticas tradicionales de gastronomía típica de la comunidad afrodescendiente con los estudiantes de los grados 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce, mediante el diseño e implementación de una estrategia pedagógica.

1.4.2 Objetivos específicos

- Analizar la gastronomía típica de la comunidad afro como una práctica tradicional de valor ancestral.
- Diseñar una estrategia pedagógica enfocada en la promoción de las prácticas tradicionales de gastronomía típica de la comunidad afro
- Implementar la estrategia pedagógica con los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución Educativa Tablón Dulce del municipio de Tumaco.

Capítulo 2. Marcos de referencia

2.1 Marco de antecedentes –Estado del arte

Dentro de los estudios a nivel internacional se encuentra el propuesto por Thalía Méndez en 2018, denominado: Desarrollo de un manual pedagógico gastronómico para niños de 7 a 8 años, cuyo objetivo general fue desarrollar un manual pedagógico gastronómico para niños de 7 a 8 años, para generar conocimientos gastronómicos y alimenticios en los niños. El estudio fue realizado a partir de la investigación cualitativa que se refiere a la recolección de la información basa en la observación y aplicación de conocimientos y distintos comportamientos naturales, dando respuestas abiertas para la posterior interpretación de sus significados.

El instrumento utilizado fue la entrevista y algunos de los resultados obtenidos fue que los niños no tienen conocimientos en prácticas alimenticias, cultura gastronómica, no se alimentan de una forma saludable y balanceada; sin embargo, a todos les gusta aprender conocimientos básicos de gastronomía. De esta manera el estudio concluye que el grupo de niños tienen adquiridas destrezas en el ámbito del entorno natural; sin embargo, no poseen una idea global de alimentación saludable y conocimientos básicos de gastronomía.

Otro estudio a nivel internacional se encuentra el propuesto por Olga Morales Llorá en 2016, denominado: Cocinas del mundo, proyecto educativo para la diversidad cultural a través de la cocina en el segundo curso de educación infantil en la ciudad de Panamá; cuyo objetivo general es elaborar una propuesta educativa orientada a trabajar en la diversidad cultural dirigida a niños de 4 años a través de las cocinas de los distintos países que conviven en Panamá, mediante el método de los centros de interés de Decroly.

Los instrumentos utilizados fueron la observación directa, la manipulación, la experimentación y las fichas de observación. Algunos de los resultados obtenidos describen que se podría ampliar la temporalización para que el alcance sea mayor, se podría adaptar el grado de dificultad y contenido de las actividades para orientarlas a etapas superiores de educación. De esta manera el estudio concluye que los alumnos obtuvieron las competencias y aprendizajes deseados, pues aprendieron a vivir y mostrar la diversidad cultural buscando una forma didáctica de descubrimiento y experimentación, de manera significativa y lúdica, en torno a la alimentación y a la cocina de las distintas culturas.

Dentro de los estudios a nivel nacional se encuentra el propuesto por Mabel Torres Escorcía en 2013, denominado: Guía virtual de la gastronomía popular cartagenera: saberes y prácticas; cuyo objetivo general es el de producir una guía virtual de la gastronomía popular cartagenera, en tanto sus saberes y prácticas, con miras a promocionar entre el público general y especializado, el valor de las manifestaciones del patrimonio intangible. El estudio fue realizado a partir de la investigación cualitativa ya que se logra un mayor acercamiento a los individuos estudiados, y los investigadores pueden llegar a interactuar con el objeto de estudio y de ahí recolectar información objetiva y válida de éste y los factores que influyen en su vida. El enfoque cualitativo que se plantea es la comunicación y cultura.

Entre los instrumentos utilizados están el análisis de documentos y textos especializados, reportería gráfica, entrevistas, observación participante. Algunos de los resultados obtenidos fueron que es necesario promover los festivales gastronómicos populares ya existentes: festival del frito en febrero, festival del dulce en abril. Estas mantienen las tradiciones gastronómicas cartageneras vivas y son actos para todo público. Para esto se harán publicaciones de los eventos en la página web y redes sociales, las cuales mantienen la interacción con los participantes antes, durante y después del evento, comentarios en tiempo real, interactuando con otras personas para incentivar la publicidad del evento.

De esta manera el estudio concluye que la guía gastronómica permite un reconocimiento a los sectores populares de Cartagena de indias, en el cual todas las personas pueden ver el manifiesto que estos personajes realizan en su diario vivir, de cómo se crea cultura alrededor de la cocina. De cómo la sociedad es cada vez más reconocedora de modos de vida diversos y que la memoria es colectiva por ende todo hacemos parte y cultura de la ciudad amurallada.

Otro estudio a nivel nacional se encuentra el propuesto por Carmen Alicia Pino David, María Nanci Pino David en 2016, denominado: Las TIC como estrategia didáctica para la enseñanza de la identidad cultural en los estudiantes del grado octavo de la Institución Educativa Rural Blanquita Murri, cuyo objetivo general fue crear e implementar estrategias metodológicas mediadas con herramientas tecnológicas para fortalecer el conocimiento de la identidad cultural, en pro de la construcción colectiva de aprendizaje significativo en el área de ciencias sociales.

El estudio fue realizado a partir de la investigación Acción Participativa (IAP), en donde el proceso de construcción es continuo, cooperativo y jamás acabado, es decir, es una construcción constante de conocimientos, cuyos protagonistas son todos los sujetos inmersos en los procesos de enseñanza-aprendizaje, y no pretende llegar a ser un “plus conceptual”, donde no haya más que añadir, discutir o reconstruir. Los instrumentos utilizados fueron la encuesta y la entrevista.

Algunos de los resultados obtenidos se integraron de manera creativa en diferentes medios digitales para presentarle al estudiante una propuesta creativa y motivadora que busca rescatar y fortalecer la identidad cultural en los estudiantes de grado octavo, implementando las TIC en los procesos de enseñanza-aprendizaje de las ciencias sociales, mejorando las relaciones de los diferentes grupos étnicos que comparten su proceso de aprendizaje dentro del aula de clase y la interacción con su entorno social. De esta manera el estudio concluye que es necesario el autoconocimiento de la identidad, para crecer y afianzar la aceptación de la diversidad y la pluralidad en una sociedad, ya que en ella convergen diferentes expresiones, valores y costumbres culturales que, no pueden ser entendidas como un obstáculo para la convivencia pacífica, sino como factores que enriquecen y diversifican las manifestaciones y vivencias socioculturales.

Dentro de los estudios a nivel regional se encuentra el propuesto por Paola Angulo Salazar y Roxana García Ortiz en 2012 denominado: Recuperación de comidas típicas de la Costa Pacífica a partir de los saberes locales y ancestrales en el municipio de El Charco- Tumaco- Nariño, cuyo objetivo general fue establecer un restaurante de comidas típicas de la costa pacífica, a partir de los conocimientos ancestrales y tradicionales en el municipio de El Charco- Tumaco- Nariño. El estudio fue realizado a partir de la investigación cualitativa. Los instrumentos utilizados fueron la herramienta que se le llamó línea de tiempo, la que permitió identificar los principales hitos o acontecimientos impactantes ocurridos en la experiencia de implementación de la UFPI.

Algunos de los resultados obtenidos se tienen que éste ha sido uno de los factores más positivos, ya que permitió reconocer la importancia de la gastronomía del Pacífico y saber que eso que ellas saben hacer es una oportunidad para mejorar su calidad de vida. De esta manera el estudio concluye, aunque el resultado no ha sido el óptimo, pero se insiste en este proceso, porque existen algunos recursos propios para optimizar el trabajo. La propuesta que surgió en el auto- diagnóstico fue trabajar con los pescadores, que proveerían de productos al restaurante. De igual forma, las mismas integrantes de la UFPI serían las encargadas de suministrar concha,

cangrejo y otros productos. A consecuencia de la inseguridad, según ellos manifiestan, no salen a pescar y por tanto no proveen con sus productos, situación que no ha permitido un fortalecimiento contundente de este aspecto.

Otro estudio a nivel regional se encuentra el propuesto por Eduardo Cárdenas Echeverri Erika Sierra Arias Melissa Henao Alzate Joaquín Castro Posada en 2009 denominado: Evaluación de la Gastronomía Colombiana como factor potencial de turismo, cuyo objetivo general es evaluar la gastronomía colombiana como elemento fundamental para potenciar el turismo. El estudio fue realizado a partir de la investigación de carácter cualitativo y los instrumentos utilizados fueron las encuestas.

Algunos de los resultados obtenidos se destacaron aquellos productos o elementos que fueron fundamentales para potenciar la gastronomía nacional y regional que además tengan posibilidades para el desarrollo del turismo local. De esta manera el estudio concluye que se diferenció la opinión de los expertos y los turistas, sumando obviamente nuestras observaciones y análisis, agregando en un recuadro distintivo lo que se ve desde la óptica de los turistas internacionales.

2.2 Marco teórico y conceptual

Cuando se habla de gastronomía, no se entiende únicamente el conjunto de alimentos o platos típicos de una localidad, sino que se abarca un concepto mucho más amplio que incluye las bebidas, costumbres alimentarias, tradiciones, los procesos, las personas y los estilos de vida que se definen alrededor de la misma (Falcon, 2014); es decir, la gastronomía es una oportunidad perfecta para utilizarla en el turismo, afianzamiento de valores y por lo tanto una oportunidad ideal para dinamizar otros renglones de la economía local, implicando profesionales de otros sectores como taxistas, vendedores informales, vigilantes, entre otros.

Gastronomía: La aceptación de la comida está inseparablemente vinculada al ámbito cultural. Cambia solo si el ambiente cultural cambia. Sin embargo, esos cambios en los valores aceptados pueden producir nuevos valores y por medio de eso la cultura ancestral se va perdiendo en las comunidades. Precisamente eso es lo que está pasando en la comunidad de Tablón Dulce ya que paulatinamente ha venido cambiando su cultura introduciendo costumbres extranjeras.

La comida es un fenómeno cultural, cada grupo social tiene su manera única de forma de alimentación. La comida influye en la forma de la comunidad, la personalidad y las familias. El estudio de la forma alimenticias contribuye al entendimiento de las persona a través de periodos culturales e históricos; la comida incluso comparte una estructura perdida y una organización a través de la población, tal como lo manifiesta Espeitx (2011): “Cada cultura es apasionada acerca de su propia cocina y establece su identidad cultural a través de su apego a ella” es decir que cada cultura se distingue una de otra a través de sus diferentes hábitos, maneras o formas de cocinar y de comer.

De este modo se debe agregar que la importancia de la gastronomía radica de la manera cómo cada región del mundo habla de su cultura, de cada uno de sus pueblos a los que pertenecen, pues para nadie es un secreto que la gastronomía, además de proporcionar sabores deliciosos y platos

únicos, puede hablar de forma indirecta sobre las costumbres y estilos de vida de los habitantes de cada región a la que pertenece.

Cabe denotar que en las últimas décadas han acontecido cambios en la actividad turística destacándose el interés por conocer las raíces locales y regionales de los pueblos, lo cual ha aumentar la oferta turística, ya sea como producto principal o como valor agregado al turismo cultural considerado como rescate del saber de un pueblo, de ahí la vinculación con su patrimonio histórico y cultural y el aprovechamiento de los recursos locales, según (Correa dos Santos y Oliveira, 2004) citado en (Fernández Sánchez, Rodríguez Cotilla, Pozo Rodríguez, & Espinosa Manfugás, 2016).

Vale la pena resaltar que existe el peligro inminente de que los alimentos y bebidas de la región de la vereda Tablón Dulce, tengan la influencia de la globalización, sobre todo por la forma en que se están estandarizando las formas de alimentar a las comunidades y sus visitantes (McDonald's, Subway, Pizza Hut, etc.). La influencia mundial de la cocina industrial y de la comida rápida ha provocado que las tradiciones culinarias locales entren en competencia o sean fusionadas con las extranjeras, por lo que son susceptibles de perder el apego al territorio y la costumbre.

Desafortunadamente, hay otros desafíos para la gastronomía tradicional del pacífico sur, porque además de la industrialización, debe sortear el abandono de las tierras de cultivo debido a la violencia, el deterioro de la flora y la fauna, la inserción de productos en cadenas comerciales con su respectivo encarecimiento, los tiempos más cortos para la preparación de la comida, el cambio en la alimentación familiar tras el ingreso de mujeres al mundo laboral, el aumento de familias pequeñas o personas que viven solas, la poca o nula transmisión de saberes y prácticas culinarias que se transmitían de generación en generación; pues el tiempo actual no alcanza para

esas prácticas ancestrales. Conjuntamente, los prejuicios sobre lo popular como inferior a una cultura elitista pueden derivar en dinámicas sociales que por moda favorezcan el consumo de alimentos no identitarios (Navarro, 2010).

Pero los pescadores de otrora del Río Rosario, armados con trasmallos o con unas trampas conocidas como catangas, se enfrentan cada día a la marea más alta o a la 'quiebra' la más baja para extraer los tesoros que les regala el territorio, como el pargo rojo, la corvina, los calamares, los camarones tigre, los camarones manchilla y los langostinos, otros de van a casar animal del monte como el ratón, la zorra, el guatín, el conejo, el venado entre otros animales del monte que se preparan algunos platos exquisitos y otros se van al monte por que viven de la agronomía como cacao, plátano, banano, limón, naranja, aguacate, entre otros frutos agro.

Las mujeres, mientras tanto, aprovechan la marea baja para recolectar la piangua, el cangrejo azul, el cangrejo barreño, los curos y la sangraras; estos son algunos mariscos que se consiguen en los manglares y cuya carne es muy exquisita tipo exportación. Otros se dedicaban a la siembra de huertas caseras con plantas tradicionales como la *chillangua*, *chirarán*, orégano, ají dulce entre otros aliños que le dan un excelente sabor a las comidas. Una vez terminaban su faena, hombres y mujeres se dirigían a sus hogares donde sus familias los esperaban. Allí, las cocineras afro, con sus recetas ancestrales, convertían todo lo conseguido por sus maridos en delicias típicas como el ceviche de piangua, encocado de piangua, encocado de pescado, encocado de conejo, tapado de pescado entre otros platos, que las esposas les preparaban a sus esposos y algunas de las madres.

Cultura: Es un conjunto de conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que caracterizan a un pueblo o a una época. Representa uno de los principales factores que determinan la aceptación de determinados productos dentro de la alimentación, así como su apreciación en término de gustos y sabores según (Mak et al., 2012a) citado en (Hernández Mogollón, Di-Clemente, & López-Guzmán, 2015).

La cultura de cada localidad representa todo lo que el hombre piensa, crea, cree, consolida, transforma y experimenta dentro del espacio-tiempo. La cultura es dinámica, por lo tanto, admite transformaciones e intercambios efectivos y constantes, y es reconfigurada en la convivencia con otras culturas. (Ribeiro Cruz & Netto Simões, 2010).

2.3 Marco contextual

2.3.1 Macro contexto. Tumaco, es el segundo puerto de Colombia situado en el sur del Pacífico por importancia, después de Buenaventura, unos 300 Km. por vía pavimentada. de Pasto, la capital del Departamento de Nariño. Posee una población de 250.000.604 habitantes y una extensión de 3.778 km², convirtiéndose en la segunda población por número de habitantes después de la capital Pasto y el primer municipio por extensión geográfica.

De acuerdo con lo manifestado por Banguera (2002) la mayoría de los habitantes de Tumaco son afrodescendientes: “La principal vía de transporte es la terrestre, seguida de la fluvial y marítima, también tiene un aeropuerto con vuelos nacionales. (p.63). Tumaco posee un clima ardiente y húmedo en todo el territorio y con fuertes precipitaciones de lluvia. Los ríos principales son: Patía, Telembí, Magüí, Tapaje, Curay, Chagüí, Mejicano, Gualajo, Rosario, Caunapí, Sanquianga, Mira y Mataje, navegables todos ellos en gran parte de su extensión y constituyen una importante vía de comunicación.

Sus límites son: Al sur con la República del Ecuador, partiendo desde la desembocadura del río Mataje, hasta un punto marcado con un mojón, al norte con el municipio de Mosquera, desde la bocana de pasacaballos hasta la palizada de remolinos grandes del río Patía, al oriente con los municipios de Roberto Payan, Ricaurte y Barbacoas, por el occidente con el municipio de Francisco Pizarro, el océano Pacífico hasta la bocana del río Mataje. El estado económico de la familia es bajo y medio bajo, sus ingresos económicos no alcanza para satisfacer sus necesidades básicas (techo, alimentación, salud, educación); Un gran número de familias no poseen viviendas por lo cual el gobierno nacional está construyendo viviendas en la zona continental (agua clara y Bucheli), otras familias en zonas lacustre de alto riesgo, las cuales están construidas en madera y palafito.

2.3.2 Micro contexto. La gastronomía típica ancestral de Tablón Dulce es una realidad la cual se ve reflejada en un sinfín de conocimientos curativos, en las comidas se encuentran variedad de platos como: el ratón preso típica en las preparaciones, tapado y desmenuzado, el venado, armadillo, El encocado de cangrejo, pescado, conchas. Estas comidas típicas de la región no han perdido su consistencia ni su sabor se conservan en su habitat natural a diferencia de otras comidas como, la carne, el pollo, han perdido su consistencia el gusto, olor y sabor. Al contrario de los alimentos que se obtienen del campo estos alimentos permitían identificar qué tipo de comidas se estaba preparando, hoy en día se utiliza productos como la magui para darle sabor a una comida, por causa del químico utilizado en estos productos se han convertido en muy perjudiciales para la salud del ser humano.

Capítulo 3. Diseño metodológico

3.1 Enfoque de investigación

La metodología de acuerdo con lo manifestado por Hernández (2010) respondió al tipo cualitativo, entendida como: “la investigación cualitativa proporciona profundidad a los datos, dispersión riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno, detalles y experiencias únicas. También aporta un punto de vista “fresco, natural y holístico” de los fenómenos, así como flexibilidad” (p.17). Como investigación cualitativa, relacionó estrechamente las cualidades de los actores participantes, así como la disposición que apunta esencialmente a un proceso psicopedagógico de evaluación del individuo frente a lo pedagógico y al ambiente externo, con fines adaptativos y toma de decisiones es decir busca un cambio en el aprendizaje de tipo cognitivo, ideológico y demostrativo.

3.2 Método de investigación

El método utilizado fue Investigación- acción; ya que es una forma de indagación introspectiva colectiva emprendida por participantes en situaciones sociales que tiene el objeto de mejorar la racionalidad y la justicia de sus prácticas sociales o educativas, así como su comprensión de esas prácticas y de las situaciones en que éstas tienen lugar (Kemmis, 1988); que para el caso que ocupa el grupo de trabajo de grado se analizaron las experiencias, vivencias y conocimientos acerca de la promoción de la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce y se rescataron las tradiciones y saberes ancestrales a través de la utilización de herramientas pedagógicas; ya que permitió ubicar la comprensión de la vida misma y su interacción con el contexto, por lo tanto, las personas se constituyeron en el sujeto de investigación, a los que se les pudo investigar la forma de ser, de pensar, de actuar, de aprender, etc.

La importancia de abordar este tipo de investigación radicó en que retoma la vida social y el comportamiento de las personas en procesos educativos de formación; por tal motivo este trabajo tuvo en cuenta el problema de la falta de promoción de la gastronomía ancestral de la región, utilizando métodos que tengan significados en la vida de las personas, partiendo de sus tradiciones, forma de vida, observaciones y técnicas para investigar íntimamente, describiendo valores, costumbres, actitudes y comportamientos reales de la gente.

3.3 Tipo de investigación

El tipo de investigación utilizado fue el descriptivo el cual según Van Dalen y William J. Meyer (2006), se centró en recolectar datos que describían la situación tal y como es y su objetivo era llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos, procesos y personas.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para la realización del presente trabajo se tuvieron en cuenta las siguientes técnicas; ya que proporcionaron la información que se desea según los objetivos, a saber:

Diario de campo. Para analizar la gastronomía típica de la comunidad afro como una práctica tradicional de valor ancestral se utilizó la técnica del diario de campo. El Diario de Campo es uno de los instrumentos que día a día permitió sistematizar las prácticas investigativas; además, facilitó mejorarlas, enriquecerlas y transformarlas. Según Bonilla y Rodríguez “el diario de campo debe permitirle al investigador un monitoreo permanente del proceso de observación. Puede ser especialmente útil [...] al investigador en él se toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo” (Op.Cit. Bonilla y Rodríguez. p. 129.6).

La entrevista. Para Diseñar una estrategia pedagógica enfocada en la promoción de las prácticas tradicionales de gastronomía típica de la comunidad afro se utilizó la técnica entrevista Estructurada. Para Denzin y Lincoln (2005, p. 643, tomado de Vargas, 2012) la entrevista es “una conversación, es el arte de realizar preguntas y escuchar respuestas”. Como técnica de recogida de datos, está fuertemente influenciada por las características personales del entrevistador.

Según Kerlinger (1985) manifiesta que “es una confrontación interpersonal, en la cual una persona formula a otras preguntas cuyo fin es conseguir contestaciones relacionadas con el problema de investigación”. (p.338). Para Sierra (1999: “Es una conversación que establecen un interrogador y un interrogado (...) orientada a la obtención de información sobre un objetivo definido”. (p.281) Citados por Pérez (2005) Meidi Ix.

Análisis documental. Para implementar la estrategia pedagógica con los estudiantes del grado 5 de la Institución Educativa Tablón Dulce, se utilizó como técnica el análisis documental; ya que es un tipo de estudio de preguntas que utiliza documentos oficiales y personales como fuente de información. Dichos documentos pueden ser de varios tipos: impresos, electrónicos o gráficos. Según Baena (1985), la investigación documental es una técnica que consistió en la selección y compilación de información a través de la lectura y crítica de documentos y materiales bibliográficos, bibliotecas, bibliotecas de periódicos, centros de documentación e información.

Los planes de aula. El manejo de los planes de aula en el diseño y construcción de la propuesta pedagógica permitió realizar una planeación previa y pensada en las necesidades de la población de estudiantes, al tiempo el plan de aula como un dispositivo pedagógico se articuló al desarrollo del proyecto aplicado. El planteamiento de cada plan de aula, con una intensidad semanal señaló los principales aspectos teóricos y metodológicos que se desarrollaron en cada sesión de la práctica pedagógica, en ese sentido fueron la hoja de ruta de la implementación de la propuesta.

Capítulo 4. Desarrollo, análisis y discusión de resultados

4.1 Análisis e interpretación de la información.

Objetivo Específico No.1. Analizar la gastronomía típica de la comunidad afro como una práctica tradicional de valor ancestral.

La cultura afrocolombiana está compuesta por un conjunto de expresiones artísticas, espirituales y gastronómicas de los colombianos con descendencia africana, con razón muchas personas manifiestan que es la mejor comida de Colombia, por su gran variedad, sazón, combinaciones de finas hierbas, un toque especial que solo ella suele tener y hace que aquel que la pruebe, siempre quiera volver por más.

Las poblaciones de afrodescendientes comenzaron a situarse en las vías fluviales. De manera que es muy común que en estas zonas la cultura afrocolombiana sea preponderante. La tradición de los pueblos afrocolombianos se mantiene por los afrodescendientes. Entre las tradiciones que perduran en estas comunidades son los distintos rituales mortuorios. Estos tipos de prácticas son las más significativas para los afrocolombianos, razón por la cual Ribeiro Cruz & Netto Simões (2010) manifiesta que:

Es una muestra de identidad cultural que día a día se recrea con la tradición de cada localidad, representa todo lo que el hombre piensa, crea, cree, consolida, transforma y experimenta dentro del espacio-tiempo. La cultura es dinámica, por lo tanto, admite transformaciones e intercambios efectivos y constantes, y es reconfigurada en la convivencia con otras culturas.

En este contexto hay que resaltar igualmente que la cocina de esta región del país ha sido dominada, controlada y practicada por las mujeres negras de la comunidad. Las cargas africanas de la cocina de Tablón Dulce se nutren precisamente el legado generacional que se ha venido transmitiendo, y que continúa siendo gran medida parte fundamental de la construcción identitaria de la cultura local.

Tanto en la zona rural como en la urbana, los ingredientes propios de la región que se utilizan para la preparación de los platos son el pescado, conejo, gallina, plátano, banano verde y coco, entre otros. También se usan hierbas como la chillangua, cilantro, laurel, tomillo, perejil, orégano, azafrán y el chillarán. Los platos se caracterizan por su sazón y sus guisos, pues todas las carnes, pescados y mariscos se aliñan y se preparan llevando un poco de caldo.

Por ejemplo, el pusandao, se viene preparando desde comienzos del siglo pasado.

En ese momento la mercancía que llegaba al puerto de Tumaco era llevada a Pasto y Popayán en un largo viaje por río, mar y tierra. Quienes hacían el transporte debían llevar provisiones para acampar en el camino, y una de las preparaciones más sencillas y a la vez más nutritivas para esas jornadas era el pusandao. Se trata de un cocido hecho con tres tipos de carne (cerdo, gallina y res), plátano, papa, huevos y distintos aliños. La carne de cerdo que se usa en el pusandao es una carne deshidratada de la ciudad de Túquerres que antiguamente era curada a la manera de los campesinos españoles. En su preparación se cubría la carne en sal de nitro, o nitrato de potasio, y se enterraba por varios meses. Por las condiciones del viaje, las papas no se pelaban y los huevos se echaban con todo y cascara. No se sabe en qué consistía el aliño en esa época, pero hoy se usa la chillangua y el chillarán. (Ministerio de educación, 2016)

En el caso del encocao de pescado, ha sido una receta ancestral traída del África. Se dice que es un plato afrodisíaco, pues tiene alto contenido de fósforo, calcio y otras vitaminas energizantes. Los pescados de agua salada que se usan para este plato son el pargo rojo, la pelada y el pescado seco y salado.

En relación con la identidad cultural Hirschman citado por Revilla, (1994) manifiesta que: “La cultura afrocolombiana se estableció como uno de los pilares de la identidad cultural de Colombia” (p.11).; es decir, que las organizaciones sociales afrocolombianas tienen un conjunto de acciones organizativas y logísticas que posibilitan su mantenimiento y continuidad.

Poder participar en la realización de esas tareas o eventos culturales que realizan las organizaciones, también contribuye en la construcción de lo colectivo, puesto que participar de las acciones tareas que realiza la organización implica: por un lado, evitar una insatisfacción individual que remita a la salida de la organización por parte de alguno de los miembros.

En cuanto a la alimentación, es muy común el tapao de pescado, tapao de carne serrana, encocado de camarones, seviche de piangua y de camarón o mixto, arroz endiablao, sudado de pescado, seco de toyo, seco de raya, cazuela de mariscos, entre otros; además es importante tener en cuenta que en las prácticas gastronómicas no solo se dan a nivel de la comida, sino que se dan también a través de los valores como la hermandad, la amistad y la cooperación, las cuales se sostienen gracias a la comunicación alrededor del fogón y los rituales de mesa, así como en la preparación de platos en temporadas festivas, cumpleaños, semana santa, en navidad y año nuevo.

Estas costumbres han ido desapareciendo paulatinamente, es por ello que con este estudio se quiere rescatar tales escenarios gastronómicos y para tal efecto este grupo de investigación recurre a la promoción de la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la institución educativa Tablón Dulce; apoyándonos en el modelo pedagógico del Aprendizaje Colectivo; ya que es una necesidad urgente de rescatar las tradiciones gastronómicas ancestrales, que por tantos años han perdurado en la comunidad.

A propósito, y con el ánimo de complementar lo anterior, este grupo de estudio realizó unas entrevistas a varias personas de la comunidad, donde manifestaron su punto de vista acerca de las prácticas ancestrales que desarrollan en la región.

Para tal efecto se entrevistó a la señora Máxima Angulo (28/02/2019), vendedora de cocadas, quien manifiesta que ella aprendió a preparar platos típicos porque su abuela le enseñó; lo hizo observando cada vez que ella se sentaba en el fogón a preparar la comida; que este conocimiento ha evolucionado a través de los ancestros, los cuales lo transmitieron a través de la oralidad.

Que entre sus principales ingredientes que utilizaban en sus recetas están el orégano, chirarán, chillangua, ají dulce y achote. Además, agrega que desafortunadamente la gastronomía ancestral ha cambiado mucho porque ahora se utilizan en la preparación de los alimentos otros ingredientes que contienen muchos químicos y eso hace que se vaya perdiendo el sabor, olor y sazón original de los platos típicos tradicionales.

Lo anterior se confronta con la tesis de grado titulada: La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México; en donde sus autoras Juana María Meléndez Torres y Gloria María Cañez De la Fuente manifiestan que el estudio de las cocinas tradicionales puede permitir conocer las características de la vida social, económica y productiva de los grupos sociales o de las comunidades en las cuales se desarrolla y cómo han influido para que se produzca la transformación alimentaria tanto la urbanización como la globalización y las nuevas condiciones del mercado. Así mismo, plantean que las cocinas tradicionales regionales constituyen parte del patrimonio intangible de las sociedades y las comunidades, que son a su vez un elemento de identidad y una pieza fundamental de las economías regionales y locales y para ello se expone el caso de una comunidad rural inserta en un proceso de urbanización.

Es decir, se toca el tema de lo perjudicial que ha resultado ser la transformación alimentaria en la globalización actual, la cual en muchas ocasiones se debe a la falta de tiempo de las nuevas generaciones debido a sus quehaceres diarios laborales y profesionales, cambios que han ocurrido en su estilo de vida y cómo éstos se reflejan en la alimentación y, en especial, en la desaparición o adaptación de saberes y prácticas culinarias.

También se le indagó sobre **la mejor forma de enseñar la tradición de la preparación de las comidas típicas, a lo cual respondió que sería por medio de foros, talleres o por medio de ollas comunitarias**, donde se darían instrucciones sobre sus beneficios y utilidad a los niños y niñas ya que ellos son el futuro del mañana y que la mejor forma de vincularlos sería a través de un paseo, día de campo para concientizar la importancia de la comida tradicional. Igualmente, la entrevista es una convencida de que se pueden diferenciar el sabor y el olor de una comida en especial, a través del olfato y del gusto, ya que al preparar por ejemplo un seco de pescado su olor y sabor es diferente al de un tapao del mismo y que si fuera etnoeducadora enseñaría a los niños y niñas los valores gastronómicos por medio de la concientización a los padres sobre la enseñanza de que sus hijos aprendan el valor de la importancia que tiene la gastronomía y se apropien de ella.

Por su parte en otra entrevista realizada a otro miembro de la comunidad, el señor Sergio, manifiesta que es importante tener conocimiento gastronómico de la región porque permite valorar día a día tanto en familia como en niños, como en la comunidad; que además la gastronomía de su región no ha evolucionado, sino que ha cambiado, a tomado otro rumbo, por ejemplo lo ha hecho pero a nivel de comercio, pero que a nivel de sus costumbres y tradiciones se está quedando; por qué, porque desde su contextos y su territorio las personas prefieren comprar el pollo que ya viene congelado con muchas bacterias a veces, y no se conserva lo que se tiene en el medio, entonces él piensa que eso ha permitido que la gastronomía tradicional poco a poco vaya en decadencia.

Continúa diciendo que la globalización es uno de los temas más controvertidos que se han venido discutiendo día a día, pues ha influido mucho en la región porque en la actualidad todo viene en empaques conservantes, por ejemplo, el pollo, la verdura, ya todo viene conservado por químicos, un árbol crece en menos de 20 días y ya está el fruto listo pero con qué?, con químicos, razón por la cual se van quedando atrás todas las tradiciones, las tradiciones del medio como por ejemplo cosechar un plátano en su tiempo real, criar las gallinas, los cerdos en

la finca, ya casi nada de eso existe.

Que la mejor manera de enseñar a los niños y niñas las costumbres gastronómicas de la comunidad es empezar con el hogar, desde el hogar: “yo pienso que como padre, como madre debemos desde el hogar incentivar para que nuestros niños empiecen a saber nuestra comida ancestral, a veces uno les dice a los niños, hagamos un seco de pescado y ellos no saben. Hagamos un arroz con coco y no saben, por qué, porque desde el hogar no se ha permitido. Entonces desde el contexto, desde el colegio, puede haber otros espacios también que pueden permitir que el niño aprenda desde el contexto de lo tradicional conocer la gastronomía de su contexto de su territorio”.

Lo anterior denota que los niños y niñas aprenden lo que sus padres, adultos y maestros les enseñan en cuanto a su cultura, pero en estos momentos los padres no se interesan por explicarles a los hijos la importancia de los valores y las culturas ancestrales ya que los mismos padres careen de esa información. Todo este saber ancestral está en manos de personas como las entrevistadas y otros adultos mayores de la comunidad, hombres y mujeres sabedoras de la cocina tradicional, que a través de las generaciones han tenido sus propias formas de vida, costumbres y cosmovisión.

Cabe denotar que las identidades nacen y se construyen siempre tomando conciencia de la diferencia, es decir en relación con los otros, pues todo lo relacionado con la cocina de esta región tiene su propia historia, sus habilidades, su cultura; ya que ésta se originó en los fogones de las esclavas africanas y por sus descendientes. Fueron ellas quienes conocieron a fondo los frutos y productos agrícolas de la región, y lograron resaltar los distintos saberes y sabores propios de su comunidad, de sus platos, de su territorio, su biodiversidad, sus hábitos alimenticios y los ritos culinarios transmitidos de generación en generación.

Además, hay que tener en cuenta que la cocina de esta región del pacífico es una de las demostraciones culturales más notorias de la comunidad, es otra muestra clara de la identidad mestiza. En esta se funden raíces asiáticas, indígenas, europeas y especialmente, afrodescendientes.

El secreto del sabor de la cocina del Pacífico está en la diversidad de las hierbas y especias. La cúrcuma, el ajo, la cebolla, el cilantro y ají de varios tipos, el aguacate, la innumerable cantidad de frutos de mar, los pescados, y los ingredientes exóticos de la selva, como el chontaduro, el plátano, el coco, la chirimolla y muchos ingredientes más, que crecen y conservan su más auténtico sabor. Como consecuencia, este lugar hoy olvidado por muchos de los colombianos es cuna de la riqueza culinaria del país.

En relación con la gastronomía de la vereda Tablón Dulce, con información recogida de las entrevistas realizadas a algunos miembros de la comunidad, se pudo establecer que el conocimiento ancestral para la preparación de los platos típicos lo obtuvieron de sus abuelos, en especial desde la casa y en los trabajos de minga y aprendieron a cocinar precisamente observando a las abuelas cada vez que se sentaba en el fogón a preparar la comida.

Todavía los entrevistados pueden recordar con agrado las primeras experiencias en la cocina, por ejemplo al mirar cocinar a las mamás se decidía con las amigas de la infancia, cada una buscar algunos ingredientes y hacer bodas, preparando arroz con camarón y otras comidas de acuerdo a lo que cada una podía sacar de la casa; pero desafortunadamente en la actualidad, todas estas bonitas costumbres ancestrales se han ido perdiendo en el tiempo, debido al olvido y la no transmisión de los conocimientos de los adultos mayores hacia las nuevas generaciones.

Por todo lo anteriormente expuesto, es que se hace necesario aplicar estrategias enfocadas hacia la gastronomía ancestral, en aras de fomentar e incentivar los conocimientos, ideas, las tradiciones y costumbres, en aras de caracterizar a la región y de esta manera evitar que desaparezca su cultura. Cabe denotar que la cultura de cada localidad representa todo lo que el hombre piensa, crea, cree, consolida, transforma y experimenta dentro del espacio-tiempo. La cultura es dinámica, por lo tanto, admite transformaciones e intercambios efectivos y constantes, y es reconfigurada en la convivencia con otras culturas.

Pero dichas estrategias deben crearse desde el área investigativa, donde se pueda generar y potenciar una formación pertinente que le permita a los estudiantes inducirlos hacia la curiosidad, la creatividad y la necesidad de adquirir mayor conocimiento a través de una investigación activa. Todo lo anterior tiene su sustento teórico en los planteamientos de Bachelard (1978) respecto a la noción de obstáculos epistemológicos, Valarino (2000), Níaz (2001).

4.2 Diseño de estrategia pedagógica de los planes de aula

Para la ejecución de la estrategia pedagógica, se diseñaron y ejecutaron 4 planes de aula, cuyas temáticas responden al quehacer cotidiano de la comunidad, sus costumbres, tradiciones, forma de vida y todo lo relacionado con la gastronomía ancestral, a saber:

PLAN DE AULA 1

1. Identificación

Área: Ciencias Sociales

Curso: 5 º-

Período: Primero

tiempo: 6 horas / 1 semana

DBA: Comprende el legado de los grupos humanos en la gastronomía la música el paisaje de la región municipio y lugar donde vive.

Acción de pensamiento: Explica la importancia de las comidas típicas ancestrales para el reconocimiento de su entorno, y el funcionamiento del cuerpo humano.

Pregunta problematizadora: ¿Por qué los platos típicos ancestrales son símbolo de cultura y buena alimentación?

Planteamiento

Tema 1: Características de las prácticas tradicionales de alimentación de la cultura afrocolombiana.

Síntesis conceptual: Diagrama de ideas

(Tema)

Diversidad gastronómica ancestral afrocolombiana.

La diversidad gastronómica afrocolombiana es diversa en la medida que presenta un panorama amplio que se expresa en las diferentes formas de preparación de los alimentos acordes a las posibilidades de productos que las regiones suministran.

El Caribe y el pacífico están determinados por lo que los mares, ríos y las selvas aportan en cuanto a pesca, crustáceos, mariscos y las carnes de monte y de ganado vacuno que con su variedad dan posibilidades de platos de extraordinario gusto. Son indispensables para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo y el sano rendimiento de este.

- Prácticas culturales- avances tecnológicos
- Tipos de alimentación- condiciones de vida
- Diversidad gastronómica - Deterioro ambiental

Características de alimentación típica ancestral de Tumaco y sus alrededores

Región natural	Diversidad alimenticia
- Clima	-Tipos de alimentación
- Flora	- Seguridad alimentaria
- Festividades gastronómicas	- Costumbres culinarias

Metodología

El presente trabajo se desarrolló partiendo de las experiencias y conocimientos que los alumnos tenían sobre prácticas ancestrales de alimentación en su territorio para la construcción de nuevos conocimientos; por lo tanto, se inició con talleres teórico-prácticos en caminados a afianzar sus conocimientos. Para iniciar con la aplicación de los talleres, el docente entregó copia de los temas a tratar, para que así mismo los estudiantes supieran de lo que se iba a hablar. Para tal fin los temas fueron: Historia de la alimentación de la región, leyendas, cuentos ancestrales.

Taller 1. Practicas ancestrales de alimentación.

Acto seguido la docente narró la historia de la alimentación de la región, la cual surgió como mezcla de experiencias culinarias indígenas, españolas y africanas fusionadas en profundo contraste para crear infinidad de platos que cuentan su propia historia; ya que existieron infinidad de recetas y saberes ancestrales que aún hoy se transmiten de generación en generación.



Figura 1. Platos típicos de la región.

Fuente: Archivo fotográfico de los autores

Además se señala que un aporte definitivo en esta gastronomía es el de la mujer negra; ya que ella fue la que trajo un legado culinario africano que arrojó una exquisita gastronomía por más de 200 años; inclusive su rol social era el cuidado de la familia y la alimentación de la misma y fue allí donde se dio origen a una tradición expresada en platos que enriquecen la variedad gastronómica de la región, delicias que hoy se pueden encontrar en los hogares, en las calles y en

los restaurantes que se dedican a difundir el patrimonio culinario del Pacífico, lugares de encuentro social a donde todos llegan a realizar vida social.

Por la historia arriba narrada, es que la cocina de la región hoy huele a especias como el azafrán, ajos, cominos, cebolla, tomate y pimienta molida entre otras. Esta tradición culinaria cuenta su propia historia, la de los orígenes europeos, la cual se inscribe en cada plato, en cada lugar donde se cocine y desde donde se enriquece la gastronomía.

Que entre los platos preferidos de la región encuentra el pusandao de pescado, el cual se prepara desde el siglo XVII y ha nutrido la gastronomía, pues lleva el pescado que por lo general es bagre, pargo o corvina, acompañado de leche de coco, plátano verde, papa, yuca y refrito o ahogado que le otorgan el sabor tropical característico de las comidas, es así pues un plato exquisito y de fácil preparación, cuyo tiempo de cocción es de alrededor de una hora para servirse caliente.

Se les indicó igualmente a los estudiantes que la cocina de esta región nace del encuentro entre las cocinas de origen amerindio, europeo y africano y que por tal razón es una cocina criolla de resistencia, donde la relación con el entorno natural es importante y el conocimiento de los calendarios agroecológicos de plantas y animales es fundamental, pues guarda relación con el mar, los esteros, manglares y ríos, selvas, bosques y áreas de cultivos.

En relación con el entorno social se les explicó a los estudiantes que la gastronomía está regida por una relación de respeto y reciprocidad con la naturaleza y superan el ámbito de la familia, porque la alimentación es uno de los ejes del encuentro con otras familias y con la comunidad en general.

Logro: Comprendieron y conocieron los principales sabedores de la región, sus orígenes, historia, su trayectoria, sus aportes a las prácticas gastronómicas del entorno, cómo se formaron.

Descripción: Para afianzar los conocimientos y a manera de descanso, se les indicó a los estudiantes que deben diseñar una sopa de letras con los nombres de los pensadores ancestrales de la región hasta la actualidad.

Para este ejercicio se contó con el apoyo de la tutora, la misma que los guió para la consecución del objetivo planteado.

Tabla 2.

Crucigrama

C	A	C	A	R	M	E	N	A	R	R	O	Y	O
N	G	T	E	B	V	M	O	I	O	O	I	O	O
Q	R	N	Q	G	K	Ñ	L	X	N	L	X	N	N
Ñ	I	K	G	N	H	P	L	T	C	L	T	C	C
H	P	S	N	O	L	A	A	N	G	U	L	O	H
Ñ	I	Ñ	J	Q	E	W	L	S	A	L	S	A	A
J	N	K	N	T	Q	J	Y	U	T	Y	U	T	T
M	A	R	T	I	N	A	C	O	R	T	E	S	T
K	P	A	T	J	H	E	T	T	E	T	T	E	E
T	R	P	A	O	K	D	G	G	W	G	G	W	W
L	E	O	N	A	R	D	A	C	O	R	T	E	S
B	C	L	G	A	O	A	B	B	Z	B	B	Z	Z
T	I	S	C	A	M	A	R	O	N	R	O	N	N
H	A	K	S	H	Q	H	S	Ñ	Y	S	Ñ	Y	Y
X	D	S	G	E	N	I	C	O	R	T	E	S	O
J	O	Ñ	B	H	Q	Z	W	T	I	W	T	I	I
H	X	I	Z	Z	Z	W	Q	R	K	Q	R	K	K
X	A	Z	S	H	S	Q	A	A	Ñ	A	A	Ñ	Ñ
J	U	A	N	P	A	U	L	I	N	O	E	S	S

Fuente: La Investigación

Agripina Preciado Juan Paulino Leonarda Cortes

Martina Cortes Nola Angulo Geni Cortes

Carmen Arroyo

Recursos: Imágenes sobre modelos de sopas de letras cartulina, listado de los nombres de los pensadores y sabedores.

Procedimiento: Los estudiantes completaron un cuadro adicional donde dieron respuesta a la

siguiente pregunta ¿Cuál es el sabedor más antiguo de la región? ¿Cuál es el sabedor más joven?,
¿Desde qué año trabajan en este oficio?

Indicador de desempeño: Conoce y afianza sus conocimientos sobre la historia gastronómica de su región, las preparaciones de los platos típicos y responde a la pregunta inicial.

PLAN DE AULA 2

Áreas sociales: curso: 5 grado

Periodo: 3 semestre Tiempo: 6 horas 1 semana

Estándar: Valoro las formas de pensar y las creencias de nuestro antepasado.

Pregunta Problematicadora: ¿Cuáles son las prácticas tradicionales de la cocina afro?

III Planteamiento

Tema: Prácticas tradicionales de la cocina afro.

Es un conjunto de representaciones, conocimientos y prácticas de la diversidad gastronómica de las familias campesinas.

Subtemas:

Sabedores.

Son aquellas personas que de manera oral transmiten sus conocimientos, inculcan sus saberes ancestrales, dan a conocer sus tradiciones que de alguna manera son muy importantes para el rescate de la cultura en los renacientes.



Figura 2. Sabedores de la región.

Fuente: Archivo fotográfico de los autores

Esencia: Busca darle identidad a la cocina, rescatando sus raíces en torno a la cultura.

Características.

Arte culinario.

Hay que decir que estos oficios se aprenden desde niños y están relacionados con aquellos que los enseñan, que muchas veces no son sus padres sino un maestro del oficio”, muy cercano a la casa de ese aprendiz.

Metodología. Esta actividad involucró a los niños y jóvenes al fortalecimiento de la gastronomía como parte de su formación que le permitió a los estudiantes a fortalecer en pro de su desarrollo humano.

Las actividades consistieron en que cada uno de los niños trajo a la clase a un adulto mayor de su hogar, que supiera de cocina y que esta persona enseñara cómo aprendió a cocinar, cuáles son sus platos preferidos y cómo los prepara.

Actividad 1. Características de la cocina afro.

Logro: Comprendo y aplico:

Descripción: En esta actividad se les dibujó un crucigrama en el tablero y se les pidió que lo plasmaran en su cuaderno, luego se les hizo un dictado de una serie de palabras de la gastronomía para que la ubicaran en el crucigrama. De esta forma se evaluó su desempeño.

Recursos: Tablero, marcadores, adulto mayor, cuaderno.

Procedimiento: En esta actividad se les indicó a los niños cómo se hace el crucigrama y para tal efecto se revisó de puesto en puesto para que lo hicieran bien, luego se procedió a dictar las palabras y más tarde a llenarlo, se tuvo en cuenta al primer estudiante que terminó para ponerle un chulito por su desempeño. Fue así como los estudiantes elaboraron un crucigrama que les permitió complementar el conocimiento de la gastronomía ancestral en la región. Para tal efecto la tutora planteó una serie de palabras que debieron encontrarse en el crucigrama.

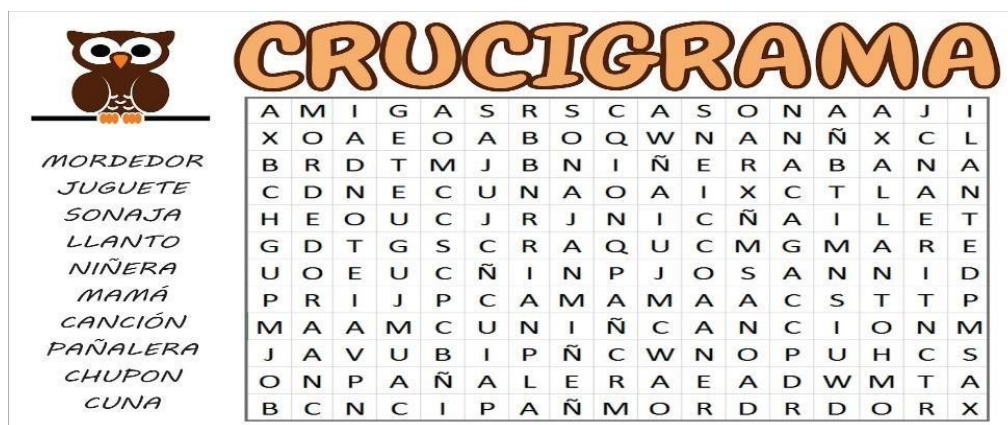


Figura 3. Crucigrama gastronomía típica de la región.

Fuente: Archivo de los autores

Glosario de palabras

Camarón	Concha	Caimito
Chilma	Encocao	Pescado
Conejo	Conserva	Pepepán
Chirarán	Mazamorra	Cangrejo
Toronjil	Envuelto	Cocadilla
Discancer	Seviche	Chillangua
Gaucha	Panela De Coco	

Los estudiantes completaron un cuadro adicional donde escribieron cuáles son los platos típicos de otras regiones del país y para tal fin se realizó un cuadro donde escribieron el nombre del plato, una imagen de este y a qué región del país pertenece.

Indicador de desempeño. Mostró habilidad y colaboración en su trabajo individual.

Actividad No.2.

Logro: Conozco los aromas y recetas de la cocina de mi tierra

Descripción: En esta actividad se les pidió a los estudiantes que se reunieran en grupos de 4, ya que les tocó dramatizar una situación de una cocina tradicional.

La actividad consistió en que uno era el papá, otro la mamá y dos son los hijos. Imaginaron un hogar tradicional en la región, donde el papá salía a trabajar, los hijos a estudiar y la mamá quedaba en casa haciendo la comida.

La mamá ideaba cada día un plato de comida diferente y el papá y los hijos decían de qué manera fue preparado.

Recursos: Dramatizaciones, vestuario, ollas, platos, papeles, láminas de comida típica.

Procedimiento: La docente dio las explicaciones respectivas sobre el dramatizado y les indicó sobre qué tipo de imágenes debían llevar para que fueran identificadas por el papá y los hijos.

Indicador de desempeño: Conocimiento de los platos típicos tradicionales de la región.

PLAN DE AULA 3

Área: Ciencia Naturales

Curso: grado 5

Periodo: Tiempo: 1 semana

Estándar: Formula preguntas precisas para guiar su búsqueda de información.

Pregunta problematizadora: ¿Qué son los platos típicos?

Tema: clases de plato típico.

Síntesis conceptual:

Los platos típicos son comidas o bebidas que representan la tradición, el sabor y el gusto de un pueblo, que son pasadas de una generación a otra sin perder sus raíces, entre las comidas típicas de la región se encuentran el cherre, carne salada, pescado salado, el popocho, el plátano, natilla de chontaduro, sancocho de tripa ahumada, árbol de pepepán, spa de queso costeño, arroz clavado, y el jugo de anón.

“A partir de la gastronomía y sus prácticas culinarias se pudieron realizar un sinnúmero de ejercicios pedagógicos que le permitió a las niñas y los niños comprender de manera más amplia el significado de ser afrocolombiano, mediante el reconocimiento de los saberes que estas comunidades poseen y con los cuales permanecen en sus territorios ancestrales y migran hacia diversas regiones y ciudades del país.” (Cátedra de Estudios Afrocolombianos, Universidad del Cauca, 2008, pág. 270).

Subtemas:

Platos típicos:



Pescado frito



Arroz de camarón



encocado de cangrejo

Figura 4. Platos típicos representativas

Fuente: Archivo fotográfico de los autores

Características de la gastronomía típica ancestral.

Cultura: Se identifica por su forma de vida, por sus comidas ancestrales, por su costumbre y una alimentación sana típica de su región.

Reconocimiento: El pueblo tumaqueño con su variedad de mariscos ha llegado a tener reconocimiento nacional e internacional por su exportación, que a través de este nuevo siglo el turismo ha tenido credibilidad y se ha hecho notar con sus comidas y calidad en sus productos.



Figura 5. Muestras gastronómicas de la región. Fuente: Archivo fotográfico de los autores

Metodología: Se les dictó una charla que estuvo encaminada hacia el conocimiento de los saberes culinarios ancestrales, los mismos que se han transmitido de generación en generación y de esta manera ellos pudieran analizar y entender con más claridad la importante de la continuación de estas prácticas alimenticias, el cuidado de la naturaleza y volver a los productos tradicionales; ya

que es una forma de preservar su cultura y ancestralidad.

Esta investigación invitó a los niños y jóvenes a valorar todas estas especies que se encuentran en el entorno y de lo afortunadas que son las personas que aún en la actualidad, a pesar de tanta contaminación e influencia del mundo moderno, todavía se pueda preservar las raíces.

Actividad 1: Exposición de platos típicos.

Logro: Reconoció la diversidad de los platos típicos en las diferentes preparaciones.

Descripción: En la primera actividad se invitó a los niños para que ellos hicieran una demostración con un producto gastronómico de la región con ayuda de sus padres y mostraran sus creatividades y la de sus compañeros.

Además, se les hizo una descripción o narración de los diferentes platos típicos que la tutora conocía y que hacen reverencia la herencia africana la cual se destaca por la cultura, que en un mismo plato se encuentran e inciden los mismos ingredientes a utilizar. La cultura afrocolombiana utiliza el mar como principal fuente de proteína, fuente económica y el sustento diario de sus familias.

Se utilizó un texto reflexivo donde se hizo énfasis en las diferentes preparaciones gastronómicas, las mismas que varían de un lugar a otro. Cada estudiante por su parte hizo una comprensión de la lectura que cada vereda tiene como tradición a un producto y transcribieron un resumen del texto en su cuaderno.

Esta estrategia se aplicó en los alumnos de la Institución Educativa Tablón Dulce en el grado 5 de dicha institución, la misma que cuenta con dos aulas de clases y un promedio de 50 alumnos, de los cuales el 10 % cursan el grado 5° de primaria.

Recursos: Ingredientes del medio.

Indicador de desempeño: Los estudiantes tienen destreza en recopilación de sus productos gastronómicos.

PLAN DE AULA 4

Área: español

curso: 5° -

Periodo: Segundo

tiempo: 6 horas/1 semana

Estándar: Comprendieron los aspectos centrales de un texto (tema, evento, trama personajes involucrados).

Acción de pensamiento: leo diversos tipos de texto descriptivo, informativos narrativos, explicativo, y argumentativos sobre gastronomía ancestral afrocolombiana.

Gastronomía de la cultura afrocolombiana de Tumaco.

Toda cultura cuenta, canta y también sabe. El paladar es la alternativa más fehaciente de como un pueblo mantiene su tradición culinaria resume la manera de vivir de degustar los ingredientes autóctonos y con todos aquellos que se han encontrado en el camino. Es así como surgió la idea de la gastronomía afrocolombiana a partir de la integración de sabores y componentes necesarios para generar un gusto autóctono y muy tradicional. La cocina tradicional de Colombia tiene diversas influencias una de ellas es la comida afrocolombiana. Este tipo de comida se caracteriza por ser la que mejor sintetiza los sabores de la africanidad, son distintos platos que hacen reverencia a la herencia africana y a la tierra colombiana. Esta combinación se destaca por las culturas que en un mismo plato se encuentran. Cabe destacar que el lugar de encuentro incide en los ingredientes a utilizar. La cultura afrocolombiana del pacífico y del Caribe utilizan el mar como principal fuente proteica. Algunos ingredientes que hacen a un plato afrocolombiano son:

- Ñame

- Ají Dulce

- Leche De Coco

- Plátano

- Cacao

- Chontaduro

- Chillangua,

- Chirarán

Metodología: La presente actividad se desarrolló a través de lectura del texto llamado: “Cátedra de Estudios Afrocolombianos”, en donde no solo se conoció de gastronomía, sino que se hizo un pequeño recorrido por la historia de los negros esclavos y su llegada a este continente, su cultura, formas de sustento, su tradición oral, su música, ritmos y por supuesto sus sazones, olores, colores, sabores y saberes de la gastronomía afrocolombiana, negra y raizal. (Cátedra de Estudios Afrocolombianos, Universidad del Cauca, 2008, pág. 270).

Descripción: El tutor compartió el texto a los alumnos sobre la gastronomía de la cultura afrocolombiana. El cual debieron leer y responder los siguientes enunciados de acuerdo al texto, adicionalmente se les dejó una actividad para realizar en casa con los padres.

1. ¿A través de qué surge la gastronomía?

- A) Sabores y componentes
- B) Tradición culinaria
- C) Herencia africana

¿Qué otra influencia alimenticia tiene la gastronomía afrocolombiana?

- a) Africana
- b) Pacífica
- c) Colombiana

¿Cuál es el título del texto?

- A) Gastronomía colombiana
- B) Gastronomía colombiana del pacífica
- C) gastronomía de la cultura afrocolombiana

¿Que resume la alimentación afrocolombiana?

- A) Forma de vida
- B) Un sabor autóctono
- C) Medio de degustación

Taller. Características alimenticias en la zona rural y urbana

La tutora organizó tres grupos de alumnos para que representen una obra de teatro basada en la práctica de alimentación rural y urbana teniendo en cuenta que deben exponer las diversas preparaciones, características del entorno cotidiano de dicho territorio.

Actividad para la casa.

Investigar qué platos hacen parte de la variedad alimenticia de la vereda Describir las características según el plato.

Recursos: Texto escrito preguntas mixtas.

Procedimiento: Para realizar la actividad los estudiantes utilizaron el medio de indagación, donde la tutora explicó su importancia para obtener informaron de prácticas alimenticias del entorno.

Indicadores de desempeño: Relacionaron el texto con su entorno y dieron respuestas a las preguntas adecuadamente.

Evaluación. Los alumnos en participación con sus padres fueron el centro de atención; ya que mientras los padres preparaban los platos típicos, ellos fueron describiendo uno a uno los ingredientes y el orden de añadirlos en la olla.

Además, se realizó la exposición del plato preparado, su relevancia en la región, qué ingredientes tiene, y por qué hace parte de la gastronomía típica de la comunidad. El tutor evaluó la actividad.

Fuente: La investigación

4.3 Implementación y reflexión de la propuesta pedagógica: Promoción de la gastronomía ancestral

Teniendo en cuenta la teoría de Pablo Freire (1980); donde manifiesta que la pedagogía de la pregunta es fundamental en la educación liberadora, la educación problematizadora y en la concientización, entonces se podría decir que una verdadera educación liberadora se nutre de la pregunta como desafío constante a la creatividad, por lo tanto, nuestra estrategia pedagógica está enfocada a enseñar la identidad cultural en los estudiantes del grado 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce de Tumaco Nariño, la misma que promoverá el conocimiento en las prácticas tradicionales de la gastronomía típica de la comunidad afrodescendiente, todo lo anterior en concordancia con los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional (MEN), las Ciencias Sociales, las Ciencias Naturales, las cuales se aplican al currículo en la investigación de la prenombrada estrategia.

Ahora bien, al trabajar con los estudiantes de los grados 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce, este grupo de trabajo de grado se encuentra con unos educandos que desconocen la gastronomía típica ancestral de su región; ya que no identifican los platos típicos como tampoco los ingredientes necesarios para prepararlos; es por tal razón que este estudio decide implementar una estrategia enfocada hacia los planes de aula, con temas que tienen que ver directamente con esta problemática; ya que si no se enseñan estos conocimientos, los mismos se perderán en el tiempo y con ellos su cultura y tradición ancestral.

Fue así como se elaboraron 4 planes de aula, los que se trabajaron de la siguiente manera:

En el primer plan de aula se trabajó con el tema: Características de las prácticas tradicionales de alimentación de la cultura afrocolombiana; para lo cual se explicó la importancia de las comidas típicas ancestrales para el reconocimiento de su entorno, y el funcionamiento del cuerpo humano. Luego se hizo una síntesis conceptual de diagrama de ideas, la diversidad gastronómica ancestral afrocolombiana, características, tipos de alimentación, condiciones de vida, diversidad gastronómica y el deterioro ambiental. Luego los estudiantes desarrollaron unos talleres donde debían comprender y conocer los principales sabedores de la región, sus orígenes, historia, su trayectoria, sus aportes a las prácticas gastronómicas de su entorno y cómo se formaron.

Todo lo anterior se trabajó con base en las experiencias y conocimientos que los alumnos posean sobre prácticas ancestrales de alimentación en su territorio para la construcción de nuevos conocimientos; por lo tanto, se iniciará con talleres teórico-prácticos en caminados afianzar sus conocimientos. En el plan de aula No.2 se trabajó con el tema: Prácticas tradicionales de la cocina afro; en donde se definieron los conceptos de sabedores, cocina tradicional y arte culinario. Aquí la intención fue buscar darle la identidad a la cocina, rescatando sus raíces en torno a la cultura. La intención fue de involucrar a los niños y jóvenes al fortalecimiento de la gastronomía como parte de su formación que le permite a los estudiantes a fortalecer en pro de su desarrollo humano.

Las actividades por su parte consistieron en que cada uno de los niños debe traer a la clase a un adulto mayor de su hogar, que sepa de cocina y que esta persona nos enseñe cómo aprendió a cocinar, cuáles son sus platos preferidos y cómo los prepara. Además, se realizaron otras actividades como el desarrollo de un crucigrama que debía desarrollarse con una serie de palabras que se les dictó y que tenían que ubicarlas en el mismo. Luego se verificó con cada uno de ellos para que lo hicieran bien. Los estudiantes completarán después un cuadro adicional donde deberán escribir cuáles son los platos típicos de otras regiones del país y para tal fin realizarán un cuadro donde escriban el nombre del plato, una imagen del mismo y de qué región del país pertenece.

Otra actividad que se realizó fue la realización de un taller que consistía en conocer los aromas y las recetas de la cocina de la región. Aquí les solicité que se reunieron en grupos de 4 y que dramatizaran una situación de una cocina tradicional, donde además de cocinar, se traten temas de lo cotidiano.

En el plan de aula No.3 se trabajó con los estudiantes el tema de las clases de platos típicos; para lo cual se hizo una síntesis conceptual en relación a que son comidas o bebidas que representan la tradición, el sabor y el gusto de un pueblo, que son pasadas de una generación a otra sin perder sus raíces, entre las comidas típicas de la región encontramos: el cherre, carne salada, pescado salado, el popocho, el plátano, natilla de chontaduro, sancocho de tripa ahumada, árbol de pepépán, spa de queso costeño, arroz clavado, y el jugo de anón. Se concluyó además que a partir de la gastronomía y sus prácticas culinarias se pueden realizar un sinnúmero de ejercicios pedagógicos que le permita a las niñas y los niños comprender de manera más amplia el significado de ser afrocolombiano, mediante el reconocimiento de los saberes que

estas comunidades poseen y con los cuales permanecen en sus territorios ancestrales y migran hacia diversas regiones y ciudades del país.

En cuanto la característica se denotó la cultura como forma de vida, por sus comidas ancestrales, por su costumbre y alimentación sana típica de la región y el reconocimiento debido a que el pueblo tumaqueño con su variedad de mariscos ha llegado a tener reconocimiento nacional e internacional por su exportación, que a través de este nuevo siglo el turismo ha tenido credibilidad y se ha hecho notar con sus comidas y calidad en sus productos.

Para afianzar los conocimientos de los estudiantes se les dictó una charla que estuvo encaminada hacia el conocimiento de los saberes culinarios ancestrales, los mismos que se han transmitido de generación en generación y de esta manera ellos puedan analizar y entender con más claridad lo importante que se continúe con estas prácticas alimenticias, el cuidado de la naturaleza y volver a los productos tradicionales; ya que es una forma de preservar su cultura y ancestralidad.

Este plan de aula invita a los niños y jóvenes a valorar todas estas especies que se encuentran en el entorno y a meditar sobre lo afortunados que son de que aún en la actualidad, a pesar de tanta contaminación e influencia del mundo moderno, todavía se pueda preservar las raíces. Otra actividad que se realizó fue la exposición de los platos típicos. Aquí se hizo un reconocimiento a la diversidad de los platos típicos y sus diferentes preparaciones, para lo cual se invitó a los niños y niñas y con recursos del medio, ellos pudieran hacer una demostración y elaborar un producto gastronómico con ayuda de sus padres, y muestren sus creatividades y la de sus compañeros.

Además, se les hizo una descripción o narración de los diferentes platos típicos que la docente en práctica conoce y que hacen reverencia la herencia africana la cual se destaca por la cultura, que en un mismo plato se encuentran e inciden, al igual que los ingredientes a utilizar. La cultura afrocolombiana utiliza el mar como principal fuente de proteína. El cuarto plan de aula comprendió los aspectos centrales del texto, tales como los diversos tipos de textos descriptivos informativos narrativos, explicativo, y argumentativos sobre gastronomía ancestral afrocolombiana.

Entre algunos aspectos que se mencionaron está que la cocina tradicional de Colombia tiene diversas, influencias una de ellas es la comida afrocolombiana; que este tipo de comida se caracteriza por ser la que mejor sintetiza los sabores de la africanidad. Esta combinación se

destaca por las culturas que en un mismo plato se encuentran. Cabe destacar que el lugar de encuentro incide en los ingredientes a utilizar y que la cultura afrocolombiana del pacífico y del Caribe utilizan el mar como principal fuente proteica. Para afianzar estos conocimientos estas actividades se desarrollaron a través de lectura del texto llamado: “Cátedra de Estudios Afrocolombianos”, en donde no solo se conocerá de gastronomía, sino que se hará un pequeño recorrido por la historia de los negros esclavos y su llegada a este continente, su cultura, formas de sustento, su tradición oral, su música, ritmos y por supuesto sus sazones, olores, colores, sabores y saberes de la gastronomía afrocolombiana, negra y raizal.

Por lo anterior es oportuno tener en cuenta que la gastronomía es un aspecto cultural importante en las y los afrocolombianos en la medida que contribuye a definirlos como grupo étnico y a su vez diferenciarlo de otras comunidades o grupos culturales en Colombia; ya que con la aplicación de estos planes de aula este grupo de trabajo de grado pudo evaluar que a partir de la gastronomía y sus prácticas culinarias se pueden realizar un sinnúmero de ejercicios pedagógicos que le permite a las niñas y los niños comprender de manera más amplia el significado de ser afrocolombiano, mediante el reconocimiento de los saberes que las comunidades poseen y con los cuales permanecen en sus territorios ancestrales. (Rojas, 2008)

“Ampliar el universo de lo cultural hacia lo gastronómico implica adentrarse en la vida cotidiana y en lo que hace posible la vida humana: la comida, que se intercambia, se ofrece, se enseña, se propaga, se diversifica y se transforma” (Rojas, 2008). En ese sentido se hace necesario desarrollar una serie de estudios más profundos que abran aún más los estudios de la gastronomía afrocolombiana.

También se pudo evaluar un amplio espectro de posibilidades para seguir trabajando desde lo gastronómico, como oportunidad de comprender esos ‘otros’ afros que históricamente le han aportado a la sociedad y que también han sido sistemáticamente silenciados y olvidados por una comunidad que ya no le interesa transmitir esos conocimientos gastronómicos ancestrales a las nuevas generaciones.

Es hora que salgan a flote las sazones, olores, colores, sabores y saberes de las y los afrocolombianos para que la diversidad y la diferencia socio-cultural sean tratadas en su verdadera dimensión; ya que trabajar en torno a la gastronomía afrocolombiana es de suma importancia en el desarrollo de las nuevas generaciones; por lo tanto hay que darle esa oportunidad a los docentes de ampliar el horizonte de posibilidades educativas no solo en lo gastronómico, sino también en toda el área etnoeducativa para todas y todos los ciudadanos de la nación.

La comida es un hecho cultural que se da en la vida cotidiana de las comunidades; en este sentido, se puede decir que comer es más que alimentarse en la medida que el acto de comer implica, además del acto nutricional, procesos simbólicos, actividades de intercambio de platos y/o productos como en las festividades o en el trueque practicado otrora por muchas comunidades afrocolombianas. De igual forma, la preparación de alimentos se constituye en prácticas que demandan tiempo y conocimiento acerca de los productos que procesados se convierten en viandas para el deleite del paladar, de los ojos, del olfato y del tacto. (Rojas, 2008)

“Por otra parte, la preparación de la comida requiere de un lugar específico en el cual inevitablemente el fuego y el fogón son elementos aglutinadores de gran significancia, en tanto posibilita el mantenimiento y desarrollo de la tradición oral en la medida que las recetas han sido y son actualmente en muchos lugares- transmitidos de madre a hija de forma oral, permitiendo que las tradiciones culinarias permanezcan a tiempo que se van transformando como resultado de las múltiples influencias que se generan en cada lugar debido a los intercambios y a la presencia de nuevos productos”. (Rojas, 2008)

Además, hay que tener en cuenta que la gastronomía afrocolombiana da cuenta de esta diversidad en la medida que presenta un panorama amplio que se expresa en las diferentes formas de preparación de los alimentos acordes a las posibilidades que productos que las regiones suministran.

La cocina es una constante y un constituyente de todo conjunto socio cultural, y como tal, nos permite descubrir las incidencias y las repercusiones que, en el orden de lo económico, lo político y lo ideológico, se manifiestan a su alrededor. Tanto ayer como hoy, la cocina ejerce una marcada influencia durante las relaciones sociales de los pueblos al momento que estos celebran aquellos acontecimientos en torno al ciclo vital del individuo; acontecimientos como nacimiento, iniciación sexual, matrimonio, relaciones políticas, diplomáticas o comerciales y aún la muerte, se materializan siempre en un condumio o, en su defecto, practicando el ayuno (Estrada 1985: 562).

En este orden de ideas y tal como lo plantea Estrada (1985):

Lo local juega un papel importante y asociado a la comida contribuye a la construcción de sentidos de pertenencia e identidad tanto regional como étnica, así la historia de una región es, en gran medida, la historia de su alimentación y esta es, a su vez, la historia de la cocina, entendiendo ‘La cocina como un agente cultural de la identidad regional. (p. 563).

Y con base en lo anterior es que este grupo de estudio como futuras docentes etnoeducativas, tenemos la obligación de partir de los procesos de autoafirmación, para que para las comunidades afrodescendientes de la región del pacífico colombiano hagan entender a las nuevas generaciones que urge la necesidad de defender el territorio contra una globalización que atenta contra sus costumbres y tradiciones, sobre su esencia y por ende contra su propia cultura y un pueblo sin cultura y tradición, está propenso a desaparecer.

4.4 Conclusiones y recomendaciones

Con la realización del presente trabajo de grado relacionado con la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de los grados 4 y 5 del Centro Educativo Tablón Dulce, del municipio de Tumaco, fue de gran apoyo para poder analizar y aplicar diferentes estrategias para poder trabajar con los educandos, de manera que las clases no sean aburridas ni monótonas, sino que, por el contrario, se tornen atractivas, llamativas y de fácil entendimiento.

Una forma de hacerlo fue promoviendo las prácticas tradicionales de la gastronomía típica de la comunidad afrodescendiente con los prenombrados estudiantes, mediante el diseño de una estrategia pedagógica basada en los planes de aula. Luego se procedió a analizar la gastronomía típica de la comunidad de Tablón Dulce como práctica ancestral, para luego diseñar los planes de aula los cuales resultaron muy pertinentes para el objetivo o la meta planteada. Por último, se implementó dicha estrategia pedagógica con excelentes resultados, pues se pudo denotar que causó mucho interés y motivación en los educandos el querer conocer, recordar y rescatar una gastronomía, la cual ya se creían olvidada.

En este mismo contexto se pudo notar que los estudiantes aprendieron también a valorar todas estas especies que se encuentran en el entorno, a querer y valorar la tierra, su territorio, su ancestralidad, comprendieron a hacer uso responsable de los recursos naturales, que deben cuidar su medio ambiente y que para alcanzar un justo equilibrio entre las necesidades económicas, sociales y ambientales, es necesario promover la armonía con la naturaleza y la Tierra, crear una conciencia común a los problemas de la contaminación y la conservación de la biodiversidad.

Es por todo lo anterior que se debe cuidar la siembra, los productos de pan coger, las comidas naturales, la finca, en otras palabras, a la gastronomía tradicional y ejercer al mismo tiempo las prácticas ancestrales, el diálogo respetuoso y aportante entre las diferentes etnias y culturas que integran el territorio Nariñense, que inicia con la valoración positiva de lo propio, de cara a la consolidación de relaciones interculturales de convivencia pacífica. Las comunidades de esta zona del país se proponen consolidar la integración regional con las otras comunidades: indígenas y mestizas de Nariño como un aporte a la construcción de región.

Por último y no menos importante, se sensibilizaron además que nunca se puede dejar de enseñar las costumbres autóctonas de la región, siempre deben estar presentes, ayer, hoy y mañana, pues la educación propia debe fortalecer la cultura afro, retomando las expresiones artísticas-culturales, juegos autóctonos, la gastronomía y la tradición oral, conservar los valores culturales, el cuidado del medio ambiente, el derecho a la propiedad colectiva y el derecho al territorio.

En cuanto a las recomendaciones, este grupo de estudio se permite manifestar es importante que la institución educativa se comprometa a darle continuidad a este tipo de procesos; puesto que impactan de manera significativa en los estudiantes, sensibilizándolos sobre el cuidado de su medio ambiente, de su ancestralidad; ya que el Territorio es el espacio donde se vive, se produce, se piensa, se analiza, y se crean condiciones para transformar todo acontecer social, económico, político y cultural del pueblo Afro; por tal razón el modelo pedagógico de la educación debe estar en función de este propósito y desarrollar pedagogías para tal fin.

Además que debe mantener el compromiso por parte de los entes de la institución para mantener un rol activo dentro de los procesos que se vienen adelantando dentro del currículo que realmente satisfaga las necesidades del territorio, tener una educación que vaya en la misma vía de su entorno, de su día a día, que debe conducir a las comunidades afros hacia el propósito superior de autonomía territorial, o lo que es lo mismo, la consolidación de la región en términos político-administrativos sobre la base del marco jurídico de los derechos colectivos y el enfoque diferencial.

Referencias

Fuentes primarias:

Angulo, Máxima. (2019). Entrevista de A. España y F. Rengifo [Cinta de audio]. Proyecto aplicado “Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce”. Tumaco- Nariño

Cortés, Sergio. (2019). Entrevista de A. España y F. Rengifo [Cinta de audio]. Proyecto aplicado “Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce”. Tumaco- Nariño

Quiñones, María. (2019). Entrevista de A. España y F. Rengifo [Cinta de audio]. Proyecto aplicado “Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce”. Tumaco- Nariño

Referencias bibliográficas

- Álvarez, M. (2002) "El gusto es nuestro. Modelos alimentarios y políticas de patrimonialización" en Conferencia dictada en la sesión Patrimonio, culturas nacionales y turismo del II *Congreso Internacional Cultura y desarrollo*, La Habana, 3 a 7 de junio de 2001. Publicada en Catauro Revista Cubana de Antropología. Año 3, No. 5, Fundación Fernando Ortiz.
- Bachelard, G. (1974): La formación del espíritu científico. Siglo XXI. Bs. As
- Bonilla Castro, Elssy y Rodríguez Sehk, Penélope. (1997) Más allá de los métodos. La investigación en Ciencias Sociales. Editorial Norma. Colombia. p. 118
- Cátedra de Estudios Afrocolombianos (2008) Universidad del Cauca, p 270.
- De Walschburger, Ute Bergdolt. (1999). Leyendas de nuestra América. Bogotá: Norma.
- Davini, María Cristina (2015): La formación en la práctica docente, Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Espeitx Bernat, Elena. (2011) *Sabores culturales: ensayos sobre alimentación y cultura*. [Barcelona: Montesinos, p. 4B-9448
- Falcón, J. P. (2014). Tendencias globales de desarrollo del turismo gastronómico aplicadas al caso de Argentina. Redmarka: Revista académica de marketing aplicado.
- Fernández Sánchez, L., Rodríguez Cotilla, Z., Pozo Rodríguez, J. M., & Espinosa Manfugás, J. M. (2016). Estrategias para el Fortalecimiento del Turismo Gastronómico en el Cantón Pastaza, Ecuador. Revista Amazónica Ciencia y Tecnología, p.5.
- Freire, P. (1980). El mensaje de Paule Freire. Teoría y práctica de la liberación, p. 85.
- Giménez, G. (2010). Cultura, identidad y procesos de individualización Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. México
- Grimson. A. (1999). Relatos de la diferencia y la igualdad. Los bolivianos en Buenos Aires.
- Hernández Mogollón, J. M., Di-Clemente, E., & López-Guzmán, T. (2015). El turismo gastronómico como experiencia cultural. El caso práctico de la ciudad de Cáceres (España). Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles p.68). Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5138997>
- Kemmis, S., Mc Taggart, R. (1988). Cómo planificar la investigación acción. Laertes. Barcelona. p.109

- López Guzmán, T., & Sánchez Cañizares, S. M. (2012). La gastronomía como motivación para viajar. Un estudio sobre el turismo culinario en Córdoba. *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, p.10.
- Mak et al., (2012) citado en (Hernández Mogollón, Di-Clemente, & López-Guzmán, 2015).
- Mojica, Juan (2017) El Fogón. Institución Educativa Normal Superior La Inmaculada. Barbacoas. Hypergraph editores SAS. p.11
- Morín, Edgar (1990): Introducción al pensamiento complejo, Editorial Gedisa, Barcelona.
- Navarro, F. y Schluter, R. (2010). El turismo en los pueblos rurales de Argentina ¿Es la gastronomía una opción de desarrollo? *Estudios y Perspectivas en Turismo*, p.19, 909-929.
- Niaz, M. (1997): Todo menos publicación. ¿Cómo lograr la ruptura de la cultura oral? Consejo Nacional de Investigación. Publicación.
- Padilla, C. (2006) "Las cocinas regionales. Principio y fundamento etnográfico", ponencia presentada en el *VII Congreso Internacional de Sociología Rural*. Quito, Ecuador.
- Rojas, A. (2008). Cátedra de Estudios Afrocolombianos: aportes para maestros. *Colección Educaciones y cultura. Popayán: Universidad del Cauca*.
- Revilla, Marisa, (1994). El concepto de movimiento social: acción, identidad y sentido. p.11
- Ribeiro Cruz, M. S., & Netto Simões, M. d. (2010). Patrimonio cultural gastronómico y políticas públicas Inmigración, hibridación e interculturalidad (Región Sur de Bahía – Brasil). *Estudios y Perspectivas en Turismo*.p.19
- Palacios, Carlos Alberto y Ortiz, Victoria Eugenia. (2014). Cocina y tradición. Saberes Populares de Buenaventura. Cali: Escuela Taller de Bogotá, Fundación Carvajal. Servicio Nacional de Aprendizaje – SENA. (2013). Sabor a Pacífico: sabor a memoria. Cali: Servicio Nacional de Aprendizaje – SENA.
- Vanín, Alfredo. (1986). El príncipe Tulicio. Cinco relatos orales del Pacífico. Buenaventura: Centro de Publicaciones del Pacífico.
- Valarino, E. (1991): El síndrome todo menos tesis. Postgrado. *Revista de Resúmenes*. p.1 ,63-78.
- Van Dalen y William J. Meyer. (2006). La investigación descriptiva. Ediciones Noemágico. Madrid.p.1-2

ANEXOS

ANEXO A. GUIA DE ENTREVISTA

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA ESCUELA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN LICENCIATURA EN ETNOEDUCACIÓN

FORMATO DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA APLICADA A ACTORES CLAVE

PROMOVER LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA EN LOS ESTUDIANTES DE 4° y 5° DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA TABLÓN DULCE

Objetivo: 1. OBJETIVO GENERAL

Promover las prácticas tradicionales de gastronomía típica de la comunidad afrodescendiente con los estudiantes de los grados 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce, mediante el diseño e implementación de una estrategia pedagógica.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Analizar la gastronomía típica de la comunidad afro como una práctica tradicional de valor ancestral.
2. Diseñar una estrategia pedagógica enfocada en la promoción de las prácticas tradicionales de gastronomía típica de la comunidad afro.
3. Implementar la estrategia pedagógica con los estudiantes de los grados 4° y 5° de la institución Educativa Tablón Dulce del municipio de Tumaco.

Nota: Esta entrevista será grabada para fines de obtener una información fidedigna y que recopile el diálogo entre los interlocutores. Se garantiza la confidencialidad y el uso de esta información para fines netamente académicos.

Fecha de Entrevista (): Entrevistador:

1. Información básica

1.1. Nombre y apellido:

1.2. Edad:

1.3. Lugar de Residencia:

1.4. Ocupación:

1.5. Teléfono:

1.8 Nivel Educativo: primaria X

1.9 Pertenece a alguna organización social o comunitaria ¿cuál? Consejo Comunitario Tablón Dulce NO

Ubicar preguntas pertinentes de acuerdo a una cada categoría Identidad Cultural, Específica (de acuerdo al trabajo a realizar) y pedagogía.

1. Categorías de Análisis 1: PRACTICAS ANCESTRALES

1.6. ¿De quién adquirió el conocimiento ancestral para preparar los platos típicos?

1.7. ¿Cómo aprendió a preparar los platos típicos de su vereda?

1.8. ¿De qué manera evolucionó la gastronomía tradicional en los pueblos?

1.9. ¿Cuáles eran los ingredientes que utilizaban en su receta nuestros abuelos?

1.10. ¿Cómo cree que ha cambiado la gastronomía ancestral a diferencia de años atrás?

2. Categorías de Análisis 2: GASTRONOMIA TIPICA

1.11. ¿Cómo fue su primera experiencia en preparar un plato típico?

1.12. ¿Cree que las bebidas típicas son esenciales para completar una comida?

1.13. ¿Cree que los ingredientes varían en la preparación de la comida?

1.14. ¿Cree que la globalización ha permitido mejorar la fuente de ingreso en las familias del territorio?

1.15. ¿Cuál sería la mejor forma de enseñar las costumbres gastronómicas en su comunidad?

Categorías de Análisis 3: PEDAGOGIA

1. Información básica

- 1.16. ¿Cómo se podría vincular a la familia para fomentar la cocina tradicional?
- 1.17. ¿Cree que los valores culturales hacen que perdure la gastronomía de un pueblo?
- 1.18. ¿Cree que los gustos para las comidas típicas ancestrales tienen un impacto social en este tiempo?
- 1.19. ¿Cómo puede diferenciar el sabor, olor de una comida en especial?
- 1.20. ¿Si usted fuera un docente de etnoeducador como enseñaría a los niños y jóvenes los valores gastronómicos?

ANEXO B. FORMATO DE CARACTERIZACION

Categorías	Definición	Indicadores	Preguntas
PRACTICAS ANCESTRALES			
GASTRONOMIA TRADICIONAL			
ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS			

Fuente: Este estudio.

ANEXO C. DIARIOS DE CAMPO

INFORMACIÓN BÁSICA	
FECHA:	
INSTITUCIÓN EDUCATIVA	
DOCENTE TITULAR:	
DOCENTE EN FORMACIÓN:	
GRADO:	
NO. DE ESTUDIANTES:	
SEMANA:	
Objetivo de la semana: (Logro/pregunta problema/objetivo del plan de aula)	
Estándar:	
Descripción de lo observado:	
Análisis e interpretación de lo observado:	
¿Qué relación existe entre lo observado con los aportes teóricos de su propuesta?	
¿Qué le aporta lo observado a su qué hacer profesional?	

ANEXO D. FICHAS DE LECTURA

**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA-UNAD
LICENCIATURA EN ETNOEDUCACIÓN
CONVENIO UNAD-SED NARIÑO
FICHA DE LECTURA 1. PRACTICAS ANCESTRALES**

1. TÍTULO:
2. AUTOR:
3. TIPO DE TEXTO:
4. AÑO DE PUBLICACIÓN
5. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA (APA):
6. IDEAS CLAVE DEL TEXTO: Objetivos y metodología utilizada Problemática planteada Categorías de análisis: Conclusiones relevantes del texto
7. CITAS TEXTUALES:
8. APUNTES METODOLÓGICOS: ¿Para qué me sirve, este libro, en mi tema de estudio? ¿Qué le aporta a mi tema de estudio? ¿Cuáles son las limitaciones de este libro? ¿Qué le aporta mi tema de estudio a este libro?

ANEXO E. MATRIZ DE VACIADO
MATRIZ DE VACIADO DE LA INFORMACIÓN

CATEGORÍAS DE ANÁLISIS	INFORMACIÓN RECOLECTADA		
Categoría 1. PRACTICAS ANCESTRALES	INFORMACIÓN DE FICHA DE LECTURA	INFORMACIÓN DE ENTREVISTAS	INFORMACIÓN DE LA OBSERVACIÓN
Categoría 2. GASTRONOMÍA ANCESTRAL			
Categoría 3. PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS.			